

インフルエンザ感染を予防しましょう

東陽病院からのお知らせ

これからインフルエンザが流行する季節を迎えます。生活している中で、インフルエンザ感染を予防するには、様々な方法がありますが、最も有効な方法は、流行前にインフルエンザワクチンを接種することです。

しかし、ワクチンを接種したからといって、インフルエンザにかからないとは限りません。予防接種の目的は、感染後に発病する可能性を低くしたり、重症化を防止することです。予防接種の効果があらわれるまでに2週間程度かかるので、流行前に接種しておくことをおすすめします。

また、流行後は、高齢者や基礎疾患のある方、妊娠中の方など免疫力が低下している方は、人ごみの中への外出はなるべく控えた方がよいでしょう。やむを得ず人ごみに出る場合は、マスク(不織布製)を着用しま

しょう。

日ごろから、十分な睡眠とバランスの良い食事とをとり、免疫力を高めることが心がけてください。

**インフルエンザ
ワクチン接種を
希望する方は
東陽病院で**

東陽病院では、インフルエンザワクチンの接種を10月から実施していますので、事前に予約をしてください。なお、当院では小児科がないため、中学生以下の方に対する予防接種は行っていません。



◆問い合わせ

東陽病院
☎(84) 1335

精神障害に関する出張相談

東金市の地域生活支援センター「ゆりの木」では、精神に障害をお持ちの方やそのご家族への相談支援事業を行っています。生活上お困りのことがありましたらご相談ください。

とき

10月16日(水)
11月20日(水)
12月18日(水)
午後2時〜4時

ところ 健康づくりセンター「プラム」

その他 相談無料、事前予約が必要です。

◆問い合わせ

地域生活支援センター「ゆりの木」
☎0475(50)4545
福祉課障害福祉班
☎(84)1257

子育て教室 なかよし広場



なかよし広場では毎回たくさんの親子が集い、楽しいお話や歌あそび、季節にちなんだ活動を用意しています。なかよし広場でたくさんの友だちと出会ったり、親子のふれあいを楽しみませんか。

右表を確認のうえ、お気軽にご参加ください。

時間 午前10時〜11時15分
料金 無料
対象 町内在住の方

◆申込・問い合わせ

子育て支援センター ☎84-3099
福祉課社会福祉班 ☎84-1257

◎1歳児クラス(H23.4.2〜H24.4.1生まれ)

とき	内容	ところ	駐車場
10月3日(木)	なかよし運動会	文化の森公園芝生広場(雨天時)町民会館大ホール	図書館駐車場(雨天時)役場駐車場
11月12日(火)	野山を散歩しよう	南条あそびの広場(雨天時)南条あそびの広場遊戯棟	南条あそびの広場駐車場
12月10日(火)	小麦粉粘土であそぼう	子育て支援センター	光町保育園駐車場

◎2歳児クラス(H22.4.2〜H23.4.1生まれ)

とき	内容	ところ	駐車場
10月1日(火)	なかよし運動会	文化の森公園芝生広場(雨天時)町民会館大ホール	図書館駐車場(雨天時)役場駐車場
10月24日(木) 10月25日(金)	つくってなかよし広場	光町中央幼稚園隣接なかよしルーム	光町中央幼稚園駐車場
11月1日(金)	なかよしクッキング	子育て支援センター	光町保育園駐車場
11月5日(火)	野山を散歩しよう	南条あそびの広場(雨天時)南条あそびの広場遊戯棟	南条あそびの広場駐車場
12月17日(火)	親子でリズムあそびをしよう	町民会館大ホール	役場駐車場
12月19日(木) 12月20日(金)	つくってなかよし広場	光町中央幼稚園隣接なかよしルーム	光町中央幼稚園駐車場

※つくってなかよし広場、なかよしクッキングは午前9時45分〜11時です。つくってなかよし広場は、事前に予約が必要です。